



SEJARAH

*Pelatihan
MBI DKI Jakarta
Sesi 6
5 Mei 2016*

Namo Sanghyang Âdi Buddhaya

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammâ Sambuddhassa

Namo Sarve Bodhisattvaya-Mahasattvaya

PROGRAM PRESENTASI

1. Presentasi masing-masing maksimal 5 Menit
2. Satu syair dari Panditavagga
3. Hal yang menarik dari bahan bacaan Bab 1, 2, dan 3



JALUR TUA AWAN PUTIH

B. Nyanabhadra



BAB KE-1: BERJALAN HANYA UNTUK BERJALAN

- Butuh waktu cukup lama untuk betul-betul menjadi seorang biku. Bukan sekadar lewat upacara pencukuran rambut, menerima vinaya, dan memakai jubah.
- Sahabat spiritual itu penting, jangan menjadikan usia sebagai halangan untuk saling belajar.
- Berikanlah izin kepada mereka yang tulus ingin menempuh jalur monastik, atau minimal memberikan dia kesempatan untuk mencoba.

BAB KE-1: BERJALAN HANYA UNTUK BERJALAN

- Buddha berjalan hanya untuk menikmati berjalan, melangkah dengan sadar, hatipun menjadi tenang.
- Berbagi makanan itu indah
- Wajah Bhante Sariputra terkesan serius, namun tatapan dan senyumnya memancarkan kehangatan dan kasih sayang

BAB KE-2: MENGGEMBALAKAN KAWANAN KERBAU

- Buddha menggunakan analogi untuk mengajar.
- Kejadian sehari-hari bisa menjadi bahan renungan, tidak selalu harus dari kitab suci.
- Ingatlah untuk selalu rendah hati, walaupun sudah senior tapi tetap terbuka untuk belajar dari yang muda



11 POIN LATIHAN

.....

1. Mengetahui elemen esensial tubuh
2. Mengetahui tindakan terpuji dan tidak terpuji pikiran, ucapan, dan badan jasmani
3. Membersihkan pikiran dari nafsu keinginan, kemelekatan, dengki dan kebencian
4. Mengawasi enam indra (mata, telinga, hidung, lidah, tubuh, dan pikiran)
5. Menerapkan ajaran agar nanti bisa berbagi kepada yang lain



11 POIN LATIHAN

.....

6. Menghindari dorongan untuk mencari ketenaran, kekayaan, kenikmatan sensual, makanan enak, tidur berlebihan
7. Mengapresiasi sukacita dan kebahagiaan meditasi
8. Mengandalkan Empat Kebenaran Mulia dalam mengarungi kehidupan
9. Empat Landasan Kesadaran sepenuhnya membawa pada pencerahan
10. Menjaga hubungan baik dengan komunitas
11. Belajar dari kebijaksanaan senior

BAB KE-3: SERANGKUL RUMPUT KUSA

- Sistem kasta di India zaman dahulu (Brahma, Ksatria, Vaisya, Sudra) dan manusia terbuang (paria).
- Bagaimana pengaruh warisan kasta zaman itu hingga saat ini?
- Zaman ini ada “kasta” versi baru yaitu ukurannya “kekayaan”
- Memberi persembahan sesuai yang baik, sesuai kebutuhan, tepat waktu, dan tulus merupakan esensi dana.

THANK

YOU!